



ルーエハイム デイ通信 **あゆみ** 平成 26 年 3 月発行

第 56 号

社会福祉法人 博愛会
 デイサービスセンター ルーエハイム



陽春の候、皆様いかがお過ごしですか。「水温む」と申しますが、まだ冷たい風に襟を立てる日もあり、寒い日が続いております。皆様がこの記事をご覧になる頃は、随分と過ごしやすくなり「春暖」を感じていらっしゃるでしょうか。全てが芽吹き、新しい「命」が謳歌する春も、もうすぐです。今月もご利用者様の笑顔の様子をお届け致します。どうぞ、ご一読下さい。

今月の手作りおやつは <チョコバナナケーキ>を作っていました



無塩バター・砂糖・ココアと卵・バナナ・小麦粉・ベーキングパウダーをよくかきまぜ、180 度のオーブンで焼くと出来上がりです。人数分に切り分けて、おいしくいただきました。「美味しいなあ」「うちの嫁もお菓子作ることが好きやでなあ」「あんたも暇やったら嫁さんを手伝わんとあかんわさー」と賑やかなひと時でした。

*毎月 10 日は トモ の日! * 3 月 10 日(月)は「春の味覚御膳」でした

今回は 3 月から 4 月に美味しくなる野菜や魚を中心に旬の食材を多く取り入れました。ビタミンが豊富に含まれているので、風邪の予防にも効果があります。

管理栄養士

筍ご飯
 鯖の山椒焼き
 かぶとブロッコリーのエビあんかけ
 菜の花からし和え
 水菜かき玉汁

おやつ・桜ロールケーキ



サービス利用・デイ通信へのお問い合わせは

〒510-0266 鈴鹿市長法寺町字権現 763

E-mail ruheheim@circus.ocn.ne.jp

059-372-3811(代) fax 059-372-3814

ホームページ <http://www.ruheheim.com>



ホームページ スタッフブログの「ルーエハイム通い」では、デイサービスセンターの行事等を紹介しています。



ボランティアさんが来て下さいました

三重アコーディオン協会 の皆様が **アコーディオン演奏**を披露して下さいました (3月4日)



あいうえお の皆様が**演芸ショー**を披露して下さいました(3月27日)



3月の行事として **ちらし寿司作り** をしました (3月3日)



デイサービスセンターでは **音楽療法** を行なっています(週1回隔週の水・金曜日)

「ソーラン節」

三月、弥生(やよい)の月も、ひな祭りから始まり、寒の戻りも経て、やっと春めいた季節になってきました。デイサービスの皆様には「ソーラン節」(北海道民謡)で、活気あるひと時を過ごしていただきました。

「ソーラン節」は皆様も御存知のように、鯨(にしん)を捕る時に歌われる作業歌です。鯨は春になると北海道の日本海沿岸に産卵のためにやってくる 春を呼ぶ魚 だそうです。しかし春とはいえ、まだまだ寒く冷たい海上の仕事・辛い仕事に従事する漁師さんたちの息吹が感じられる民謡です。デイサービスの皆様には太鼓や鳴子を「エンヤトット、エンヤトット」、「強く弱く、強く弱く」と掛け声をかけながら打ち鳴らしていただきました。そうするうちに、皆様の身体も自然と揺れてきます。腕や上半身を上手く使い、しっかりと足を踏みしめて楽器を鳴らされている方も多く、音にも力がみなぎってくるのが感じられます。

ヤーレンソーラン・ハイハイ、ハア、ドッコイショ、ドッコイショ・・・囃子言葉も軽やかに響き、最期の音がぴったり合った時の爽快感はひとしおです。春を待つこの季節、笑顔の花も咲き、エネルギーな皆様でした。

by 音楽療法士 藤岡 厚子